



PÄIVITTÄINEN KOTIHEMODIALYYSI: ASKEL TERVEEMPÄÄN ELÄMÄÄN

Tietoja ja neuvoja hyvän
elämänlaadun säilyttämiseen arjessa.

JOHDANTO

Nefrologisi on kertonut, että sinulla on loppuvaiheen munuaisen vajaatoiminta.

Sairautesi ja sen seurausten ymmärtäminen auttaa sinua kohtaamaan tulevaisuuden ja valitsemaan paremmin sinulle sopivan hoitovaihtoehdon.

Tämän opaskirjanen antaa sinulle tärkeitä tietoja, jotta sinulla on paremmat valmiudet keskustella hoidostasi kotitiimin kanssa.

Tekemäsi päätökset vaikuttavat jokapäiväiseen elämääsi.

SISÄLTÖ

MUNUAISTEN VAJAATOIMINTA

1. Munuaisten toiminta
2. Munuaissairaus
3. Syyt ja oireet
4. Loppuvaiheen
munuaisten
vajaatoiminta

HOITOVAIHTOEHDOT

1. Elinsiirto
2. Kotidialyysi
3. Sairaaladialyysi

MIKSI VALITA KOTIHEMODIALYYSI?

1. Oma hyvinvointi
2. Elämänlaatu
3. Itsenäisyys

MUNUAISTEN VAJAATOIMINTA

1 Munuaisten toiminta

Munuaisia on kaksi pavunmuotoista 160 g/kpl painavaa elintä. Ne sijaitsevat selkärangan molemmin puolin rintakehän alla. Munuaiset suodattavat veresi ja niillä on tärkeä rooli terveytesi kannalta.

Munuaisten päätehtävä on poistaa kehosi aineenvaihdunnan ja ruoansulatuksen tuottamia kuona-aineita, sekä säädellä kehosi veden ja kivennäisaineiden määrää (virtsan muodostus). Munuaiset säätelevät myös verenpainettasi ja ovat mukana punasolujen ja D-vitamiinin¹ tuotannossa.



2 Munuaissairaudet

Munuaistesi toiminta on vähitellen heikentynyt. Ne eivät enää poista kuona-aineita ja ylimääräistä nestettä kuten pitäisi. Kuona-aineiden kerääntyminen elimistöösi vaikuttaa terveyteesi, vaikka munuaisten vajaatoiminnan oireet ilmenevät vasta myöhäisessä vaiheessa. Säännölliset verikokeet mahdollistavat vajaatoiminnan varhaisen havaitsemisen.

3 Syyt ja oireet

Munuaistaudissa on monenlaisia oireita mm. väsymys, unettomuus, ruokahaluttomuus ja pahoinvointi. Oireet vaihtelevat yksilöllisesti. Jotkut ihmiset eivät tunne oireita, ja siksi munuaissairautta kutsutaan joskus "hiljaiseksi sairaudeksi".

Diabetes ja verenpainetauti ovat yleisempiä munuaisten vajaatoiminnan aiheuttajia.

Nämä sairaudet vaikuttavat erilaisten mekanismien kautta munuaisten verisuoniin ja aiheuttavat näin toiminnan heikkenemistä.

Muita munuaisten vajaatoiminnan syitä voivat olla geneettinen taipumus, munuais kivien kehittyminen, krooninen tulehdus ja myrkylliset aineet².

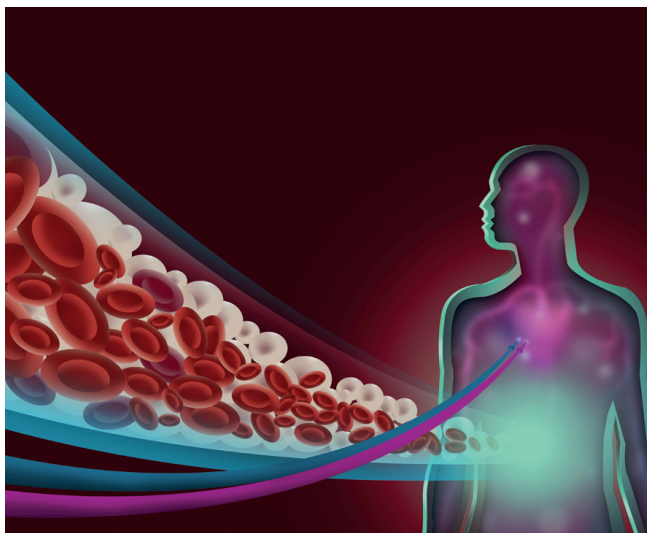


4 Loppuvaiheen munuaisten vajaatoiminta

Loppuvaiheen krooninen munuaisten vajaatoiminta ei ole harvinainen sairaus. Sen esiintyvyys lisääntyy iän myötä, erityisesti 65 ikävuoden jälkeen.

Maailmanlaajuisesti yli kaksi miljoonaa ihmistä sairastaa tällä hetkellä loppuvaiheen kroonista munuaisten vajaatoimintaa (eli potilaat, jotka saavat hoitoa tai joille on tehty munuaisensiirto³).

Väestön ikääntymisen ja diabeteksen lisääntymisen myötä munuaissairauden määrän odotetaan kasvavan edelleen tulevana vuosina.



Munuaisten toiminta heikkenee asteittain. Loppuvaiheen munuaisten vajaatoimintaa edeltää useita vaiheita. Tänä aikana hoidon ja hoitokeinojen tavoitteena on hidastaa taudin etenemistä. Korvaava munuaishoito (dialyysi) aloitetaan kun munuaisten toimintaa on jäljellä alle 15 %.

HOITOVAIHTOEHTOJEN VALINTA

Munuaisten toiminta on elintärkeää. Loppuvaiheen munuaisten vajaatoiminnassa niiden toiminta on välttämätöntä korvata sopivalla hoidolla.

Pre-poliklinikalla hoitotiimi ehdottaa erilaisia munuaisten korvaushoitovaihtoehtoja: munuaisensiirtoa, dialyysihoitoa sairaalassa tai kotidialyysiä.

Kotidialyysiä on kahta erilaista tekniikka: peritoneaalidialyysi (vatsakalvodialyysi) ja kotona tehtävä hemodialyysi.

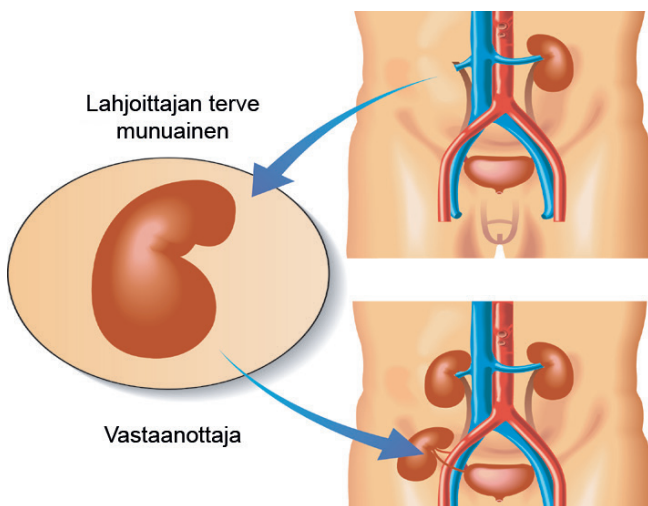
Hoitomuodon valinnassa otetaan huomioon elämäntilanteesi ja henkilökohtaiset toiveesi.

Harkitse huolellisesti. Oma aktiivinen rooli valinnassa auttaa sinua säilyttämään elämänlaadun arjessa.



1 Elinsiirto

Elinsiirto on kirurginen toimenpide, missä saat terveen munuaisen sinulle sopivalta luovuttajalta. Luovuttajia on kahdenlaisia: elinsiirtoon voidaan käyttää joko elävän luovuttajan tai kuolleen luovuttajan elimiä. Kudossopivuus varmistetaan kudostyyppisopivuuskokeella. Hylkimisriski on kuitenkin olemassa, ja tästä syystä määrätään hylkimisen estolääkitys.



Elinsiirto on hoitovaihtoehto, mikä antaa mahdollisuuden normaaliin elämään. Pääsy elinsiirtojonoon riippuu yleisestä terveydentilastasi, mikä arvioidaan yksityiskohtaisesti lääkärin tarkastuksessa⁴.

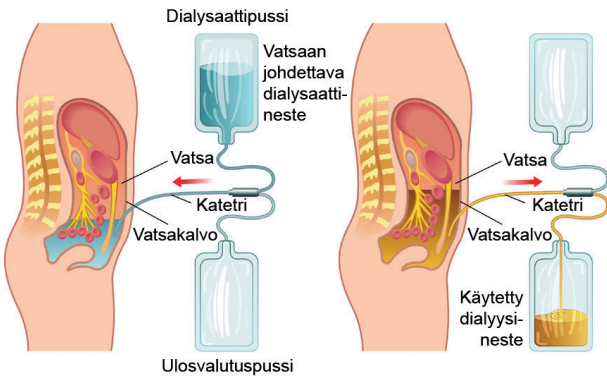
2 Kotidialyysi

Kotidialyysiä on kahta eri tekniikkaa: peritoneaalidialyysi ja kotihemodialyysi. Molempiin tekniikoihin saat kattavan opetuksen, jotta dialyysin toteuttaminen kotona on turvallista. Kotidialyysitiimiltä saat apua sekä tukea aina tarvittaessa.

Peritoneaalidialyysi

Tässä hoitomuodossa käytetään kehosi omaa vatsakalvoa vatsaontelossa dialyysin toteuttamiseen. Dialyysinestettä johdetaan vatsaonteloon asetetun pysyvän katetrin kautta, jolloin vatsakalvo toimii kuona-aineiden suodattimena.

Jatkuva ambulatorinen peritoneaalidialyysi (CAPD) tapahtuu päivän aikana. Prosessissa poistetaan vanha dialyysineste ja lisätään uusi neste katetrin kautta 4 kertaa päivässä. Dialyysinesteen ollessa vatsaontelossa, kuona-aineiden vaihto ja nesteenpoisto tapahtuu vatsakalvon kautta.

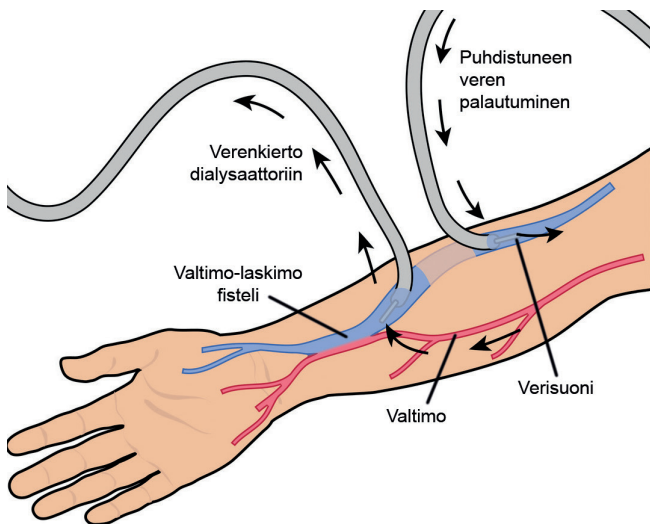


Automaattisessa peritoneaalidialyysissä (APD) dialyysinesteen poistaminen ja uusiminen tapahtuu automaattisesti yön aikana katetriin liitetyn laitteen avulla. Hoidon kesto vaihtelee 8–12 tunnin välillä⁵.

Päivittäinen kotihemodialyysi

Hemodialyysissä veri kuljetetaan dialyysikoneeseen, jossa se ohjataan "keinotekoiseen munuaiseen" puhdistetavaksi ennen palautumista kehoon.

Tämä prosessi alkaa yleensä käsivarteen rakennetusta "valtimolaskimofistelistä"



Laitetta, mikä ohjaa veren ja dialyysinesteen virtausta kutsutaan dialyysimonitoriksi. Monitori ohjaa veren keinomunuaisen eli dialysaattorin läpi. Dialysaattorin kalvon läpi suodattuvat kuona-aineet, mitkä poistuvat sitten dialyysinesteen mukana.

Uusimmat laitteet ovat käyttäjäystävällisiä ja kompakteja. Ne tekevät tästä tekniikasta täysin turvallista kotiympäristössä.

Physidia laite tarjoaa lyhyen päivittäisen pehmeän hoidon, mikä on fysiologista (luonnonmukaista) ja näin hyvin siedettyä.

Päivittäinen lyhyt hemodialyysi on helppo integroida jokapäiväiseen elämään. Pehmeä hoito parantaa elämänlaatua ja itseenäisyyttä.

Kotitiimin kanssa kartoitetaan elämäntilanteesi ja henkilökohtaiset toiveesi kun hoitomuotoa valitaan.



Katso
QR-koodista
potilasvideo



Sairaala hemodialyysi

Sinulla on mahdollisuus saada hemodialyysiä sairaalassa, jos terveytesi tai elämäntilanteesi ei mahdollista kotona itsenäisesti tehtävää dialyysiä.

Sairaalassa on dialyysiosasto, missä hoitohenkilö suorittaa dialyysin. Potilas voi suorittaa dialyysiä itsenäisesti tai osittain itsenäisesti myös sairaalan koulutus- tai kioskiyksiköissä.

Sairaalassa dialyysikertoja on yleensä kolme kertaa viikossa. Niiden kesto noin neljä tuntia.



MIKSI VALITA PÄIVITTÄINEN KOTIHEMODIALYYSI?

1. Parempi vointi

Päivittäinen hemodialyysi- on tunnistettu yhdeksi fysiologisemmaksi hoitomuodoksi munuaisen vajaatoiminta potilaille. Se on eniten verrattavissa ihmisen omien munuaisten toimintaan.

Päivittäisen dialyysin kliiniset hyödyt

Sydän ja verisuonijärjestelmä	
Verenpaine laskee ⁶	↘
Verenpainelääkitys pienenee ⁷	↘
Vasemman kammion hypertrofia vähenee ⁸	↘
Fosfori-kalkkiaineenvaihdunta	
Fosfori arvo laskee ⁹	↘
Fosfaattia sitovien aineiden annos laskee ¹⁰	↘
PTH laskee ¹¹	↘
Elämänlaatu	
Elämänlaatu paranee ⁵	↗
Toipumisaika dialyysin jälkeen vähenee ⁵	↘
Yleinen terveys paranee ⁵	↗

Päivittäisten dialyysihoitojen vaikutukset ovat positiivisia nesteenpoiston ja kuona-aineiden poiston kannalta. Päivittäinen hemodialyysi vähentää väsymystä, sydän- ja verisuonikomplikaatioiden riskiä ja dialyysistä toipumisen aikaa.

Päivittäinen dialyysi ei väsytä potilasta, jolloin suorituskyky pysyy hyvänä, mikä taas parantaa elämänlaatua.

2. Elämänlaatu

Päivittäinen kotihemodialyysi mahdollistaa nopean palautumisen dialyysikertojen välillä sekä vähentää munuaisten vajaatoimintaan liittyvää väsymystä.

Lyhyt päivittäinen kotihemodialyysi käy hyvin työssäkäyville tai muuten aktiivisille ihmisille, jotka haluavat säilyttää elämäntapansa.

3. Itsenäisyys

Päivittäinen hemodialyysi antaa sinulle itsenäisyyttä ja vapautta. Voit suunnitella hoitosi oman aikataulusi mukaan.

Sinun ei tarvitse kulkea dialyysihoitoon sairaalaan, jolloin säästät arvokasta aikaa.

Laitteen liikuteltavuuden ansiosta voit vapaasti suunnitella lomasi hoidon häiritsemättä sitä.

Laite on helppo ottaa mukaan lomalle. Näin ollen et ole riippuvainen sairaalan lomodialyysipaikoista. Voit järjestää lomasi oman halusi ja aikataulusi mukaan.



VIITTEET

¹ Living with kidney disease «, Volume 1, 3rd edition, M. Olmer et al, 2007, p. 22-43

² Annual Report REIN 2015, 2016 p. 9

³ Worldwide statistics. <https://www.kidney.org/kidneydisease/global-facts-about-kidney-disease>

⁴ Living with kidney disease «, Volume 2, 3rd edition, M. Olmer et al, 2007, p. 9-26

⁵ Patients receiving frequent haemodialysis have better health-related quality of life compared to patients receiving conventional haemodialysis, A.X. Garg et al, Kidney International (2017) 91, 746–754

⁶ Volume control and blood pressure management in patients undergoing quotidian haemodialysis. G. Nesrallah et al, Am. J. Kidney Dis. 2003, Jul;42 (1 Suppl):13-7

⁷ Effect of Frequent or Extended Haemodialysis on Cardiovascular Parameters: A Meta-analysis P. Susantitaphong et al, J Kidney Dis. 2012, May ; 59(5): 689–699

⁸ In-Center Haemodialysis Six Times per Week versus Three Times per Week, G. M. Chertow et al, N Engl J Med 2010;363:2287-300

⁹ Determinants of Left Ventricular Mass in Patients on Haemodialysis: the Frequent Haemodialysis Network (FHN) Trials, C.T. Chan et al, Circ Cardiovasc Imaging. 2012, March 1; 5(2): 251–261

¹⁰ The role of daily dialysis in the control of hyperphosphatemia, G. Steven et al, Kidney International, 2005, Vol. 67, Supplement 95, pp. S28–S32

¹¹ Short daily haemodialysis is associated with lower plasma FGF23 levels when compared with conventional haemodialysis, J. Zaritsky et al, Nephrol Dial Transplant. 2014, 29: 437–441

Hoitoyksiköstäsi saat tietoa eri hoitomuodoista ja vaihtoehtoista.

Voit keskustella heidän kanssaan päivittäisestä hemodialyysihoidosta.

Physidia on moderni ja kompakti kotihemodialyysilaitte.

Physidian painopisteitä ovat olleet alusta lähtien tarjota mukavuutta, vapautta ja turvallisuutta kaikille potilaille

Lisätietoja Physidiasta

www.nordicmedcom.fi

NORDIC
MEDCOM

BIG ENOUGH TO COPE • SMALL ENOUGH TO CARE